

# お届け情報

## 1月28日(月)

### 【本日の野菜・加工品欠品情報】

- ・有機ニラ → 寒波と曇天の影響で生育に遅れが見られはじめました。
- ・有機ミニトマト → 日照時間が足りず、色づきに遅れがでております。天候、気温の状況により、日によっては少量・欠品となります。
- ・どんこ椎茸 → 冷え込みが厳しく、椎茸が凍結しているため収穫量が減少しております。
- ・有機百姓納豆(大粒) → 発酵不良のため。
- ・つくだに屋のり佃煮95g → 終了 メーカー製造中止のため。
- ・有機干柿70g 終了 → 季節終了のため。
- ・国産有機木綿豆腐 → 入荷時破損のため。

... 今週の配布物 ...

- ・カタログ 907号
- ・お届け情報(本紙)
- ・ご注文用紙 907w
- ・bioweekly 905w
- オーブリー
- ベビー
- ナトラケア
- 味噌仕込み
- 味噌ノート(B4:両面)
- アーク&エコ・エコワン
- ブラウンシュガー

※今週のロゴナはお休みです。

## ... 本日の野菜セット ...

### 多菜セット

### いきいきセット

有機	人参	約500g	長崎	吾妻旬菜		有機	大根	1/2	長崎	吾妻旬菜	
有機	メークイン	約600g	北海道	小野寺 淳二		有機	キャベツ	1/2	鹿児島	アビオスファーム	
有機	ごぼう	約200g	青森	あおもり南部有機生産組合		有機	セロリ	1P	福岡	鳥越農園	
有機	九条ネギ	1束	大坂	原田ファーム		有機	ほうれん草	1束	愛知	野菜の城	
有機	キャベツ	1/2	鹿児島	アビオスファーム		有機	にら	1束	高知	大地と自然の恵み	
有機	サニーレタス	1個	宮崎	綾町農業協同組合			ふじ	2個	長野	よませASS	防除14回
有機/転換	ほうれん草	1束	島根/愛知	やさか共同農場/野菜の城		有機	八朔	1個	和歌山	福田 英友己	
有機	いんげん	1P	鹿児島	池田農園			平飼い卵	6個	和歌山	蒼生舎	

### フルティーセット

### ゆうきだいすきセット

有機	九条ネギ	1束	大坂	原田ファーム		有機	人参	1本	長崎	吾妻旬菜	
有機	キャベツ	1/2	鹿児島	アビオスファーム		有機	安納芋	約300g	鹿児島	鹿児島有機生産組合	
有機	サニーレタス	1個	宮崎	綾町農業協同組合		有機	白菜	1/4	宮崎	野口オーガニックファーム	
有機/転換	ほうれん草	1束	島根/愛知	やさか共同農場/野菜の城		有機	にら	1束	高知	大地と自然の恵み	
有機	いんげん	1P	鹿児島	池田農園		有機	水菜	1束	奈良	喜多 清文	
有機	バナナ	約500g	コロンビア	サンタマルタ農園		有機	ミニトマト	1P	熊本	吉水農園	
有機	ネーブル	2個	広島	中原観光農園		有機	いんげん	1P	鹿児島	池田農園	
						有機	キウイ	1個	山梨	フルーツグローリア沢登	
							王林	1個	青森	新農業研究会	防除24回

### 基本野菜 セット

有機	九条ネギ	1束	大坂	原田ファーム		※きのご類は化学薬品による室内殺菌などは行っておりません。 ※箱詰めの際に十分注意しておりますが、傷みや腐れ、また過度のおしおれや虫食い等ございましたら、どうぞご遠慮なくお電話等にてご連絡ください。					
有機	キャベツ	1/2	鹿児島	アビオスファーム							
有機	サニーレタス	1個	宮崎	綾町農業協同組合							
有機/転換	ほうれん草	1束	島根/愛知	やさか共同農場/野菜の城							
有機	いんげん	1P	鹿児島	池田農園							

### 【本日の野菜セット変更】

- ・青ネギ → 九条ネギ (出荷数が減っており、九条ネギに変更させていただいております。)

## カタログNO. 906Wお届け期間 2/4~2/8

多菜セット	有機人参約400g ・ 有機安納芋約400g ・ 有機れんこん約200g ・ 有機長ネギ ・ 有機大根1/2 ・ 有機小松菜 ・ 有機水菜 ・ 有機菜の花
【9996】¥2,592(冷蔵)	
フルーティーセット	有機長ネギ ・ 有機大根1/2 ・ 有機小松菜 ・ 有機水菜 ・ 有機菜の花 ・ ふじ2個 ・ 有機八朔約800g
【9997】¥2,592(冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機長ネギ ・ 有機大根1/2 ・ 有機小松菜 ・ 有機水菜 ・ 有機菜の花
いきいきセット	有機長ネギ ・ 有機ブロッコリー ・ 有機小松菜 ・ 有機菜の花 ・ 有機いんげん ・ 有機キウイ1個 ・ 有機ポンカン約300g ・ 平飼い卵
【9998】¥2,592(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機人参1本 ・ 有機じゃが芋2個 ・ 有機れんこん200g ・ 有機青ネギ ・ 有機大根1/2 ・ 有機小松菜 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機バナナ約300g ・ ふじ1個
【9994】¥2,108(冷蔵)	

## カタログNO. 907Wお届け期間 2/11~2/15

多菜セット	有機じゃが芋約500g ・ 有機長芋約200g ・ 有機ごぼう約200g ・ 有機紅くるり ・ 有機セロリ ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ニラ ・ 有機ミニトマト
【9996】¥2,592(冷蔵)	
フルーティーセット	有機紅くるり ・ 有機セロリ ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ニラ ・ 有機ミニトマト ・ 有機キウイ1個 ・ 王林1個 ・ 有機パール柑約700g
【9997】¥2,592(冷蔵)	
<b>基本野菜</b>	有機紅くるり ・ 有機セロリ ・ 有機ほうれん草 ・ 有機ニラ ・ 有機ミニトマト
いきいきセット	有機人参約400g ・ 有機九条ねぎ ・ 有機白菜1/4 ・ 有機水菜 ・ 有機チンゲン菜 ・ 有機バナナ300g ・ 有機デコボン1個 ・ 平飼い卵
【9998】¥2,592(冷蔵)	
ゆうきだいすきセット	有機玉ねぎ1個 ・ 有機安納芋約300g ・ 有機長芋約200g ・ 有機ニラ ・ 有機水菜 ・ 有機菜の花 ・ えのき ・ 有機キウイ1個 ・ 有機スイートスプリング300g
【9994】¥2,108(冷蔵)	

※天候や畑の状況で変更する事があります。ご注文前にセットメニューを確認されたい時は、お手数ですがお電話でお問い合わせください。(防)は防除回数です。(防)表記のないものは有機農産物でお届けの予定です。  
 ※上のメニューからご希望のセットをお選びいただけます。ご予約セットと異なる場合は、注文コードをご記入ください。セット不要の際には、「予約セット=0」とご記入ください。

### 【こんにゃくの肉巻き】

### ※ ヘルシー こんにゃくの肉巻き !

#### 【材料】(2~3人分)

こんにゃく…1枚 ・ 薄切り肉…150g ・ 塩…小さじ1 ・ 小麦粉…大さじ1  
 サラダ油…大さじ1 ・ レタス・トマト…お好みの量  
 A[醤油・みりん・酒…各大さじ1]

- ① こんにゃくに塩をもみ込む。(柔らかくなってくるのが目安。)その後水洗いする
- ② こんにゃくの両面に左右斜めに格子状の切りこみを入れ、6等分に切る。フライパンの半量に湯を沸かし、こんにゃくを入れて下茹でする。ザルに出し、水洗いして粗熱をとる。
- ③ 肉を広げ、こんにゃくをのせて、手前から巻いていく。バットにラップをかけ、小麦粉を広げ、肉を巻いたこんにゃくを転がしながら小麦粉をまぶす。
- ④ フライパンに油を熱し、肉巻きをころがしながら、表面をパリッとこんがり焼き色を付ける。合わせたAを流し入れ、絡める。
- ⑤ 皿にちぎったレタスと、くし切りにしたトマトと、④を盛り付ける

